



NOSTROFIGLIO

MAMMENEGLARETE

MAMMOLE

OLTRETATA

CHI SIAMO



> Registrati > Password dimenticata?
 Mantieni login

Newsletter | Edicola | Guide | Nomi bambini

Magazine

Community

Shopping

[Concepimento](#) [Gravidanza](#) [Neonato](#) [Bambino 1-3 anni](#) [Bambino 3-6 anni](#) [Bambino 6-14 anni](#) [Giochi](#) [Video](#) [Podcast](#) [Forum](#)

[Settimane 5-15](#) [Settimane 16-30](#) [Settimane 31-40](#) [Esami](#) [Diagnosi prenatale](#) [Sesso in gravidanza](#) [Salute e benessere](#) [Alimentazione](#) [Disturbi](#) [Guida alla gravidanza](#)

[Musica in gravidanza](#) [Feto](#) [Maternità e lavoro](#) [Parto](#) [Nomi per bambini](#)

Ti trovi qui: [Magazine](#) > [Gravidanza](#) > [Musica in gravidanza](#) > [Musica in gravidanza? Sì, grazie](#)



BENESSERE NOVE MESI

Musica in gravidanza? Sì, grazie

Tweet



Meglio evitare Mozart però se non vi piace perché la sensazione di noia giungerà al feto nel pancione. Via libera invece a tutta la musica che si predilige e che dà una sensazione di piacere e tranquillità. E' quanto sostiene Andrea Apostoli, musicista, formatore nei corsi di preparazione alla nascita, presidente dell'Associazione Italiana Gordon per l'Apprendimento Musicale

Sicuramente l'avete fatto anche voi tantissime volte. Ogni futura mamma si accarezza il pancione, per istinto, quasi senza accorgersene, e inizia un dialogo sommesso con il piccolo non ancora nato. Un gesto d'amore, comune a tutte le donne, che "anticipa" di secoli quanto, oggi, la scienza ha confermato con l'aiuto degli strumenti diagnostici. Il bimbo, già nella vita intrauterina, sente e reagisce agli stimoli esterni: se la mamma è felice e rilassata, lo percepisce e, allo stesso modo, "passano" disagio o ansia. Leggi anche [Coccole al bimbo nella pancia](#)

Un fatto scientifico – sottolineato con forza da medici e ostetriche: "Niente stress!" - noto da sempre, in modo del tutto spontaneo, alle mamme. Che parlano (e l'hanno sempre fatto), o cantano ai loro piccoli e la voce è la prima esperienza musicale del bimbo, "come una carezza sulla pelle".

A sostenerlo è **Andrea Apostoli**, musicista, formatore nei corsi di preparazione alla nascita, presidente della AIGAM, Associazione Italiana Gordon per l'Apprendimento Musicale (www.aigam.org), e autore del libro "Ma che musica... in dolce attesa!" (Edizioni Curci).

Ma allora, se alla mamma piace ascoltare musica e si rilassa, anche al bimbo nella pancia fa lo stesso effetto? L'ascolto di un brano regala, dunque, un senso di benessere alla coppia madre-figlio? E poi, come percepisce una melodia il neonato? Ecco che cosa dice Andrea Apostoli.

Tutta questione di emozioni

La parole d'ordine in **gravidanza** è niente imposizioni. Lo stato emotivo della madre è percepito dal **feto** durante tutte le esperienze quotidiane. "Se la mamma si costringe ad ascoltare Mozart perché le hanno detto che fa bene, meglio lasciar perdere", spiega Andrea Apostoli, "il suo senso di noia giungerà anche al bambino".

Quello che conta è vivere esperienze gradevoli e questo vale anche per la musica: "Negli ultimi tempi si sta affermando una corrente che pone l'accento sul corpo della donna, sulle emozioni e sulla capacità di ascoltare se stesse, - afferma Apostoli - "per anni, invece, tutta l'attenzione si è concentrata sul "cosa fare" al momento del parto e i classici corsi hanno sempre avuto un approccio molto informativo (travaglio, respirazione, tecniche di spinta)".

Ma anche l'atteggiamento verso il **parto** sta cambiando: "Oggi, sempre più ginecologi e ostetriche consigliano alle puerpere di pronunciare delle vocali o cantare. L'apertura della laringe favorisce anche

ARTICOLI CORRELATI



Personaggi
La signora Xian Zhang dirige l'orchestra con il pancione

OFFERTE STREPITOSE PER STAMPARE I TUOI RICORDI!



SCEGLI LA RIVISTA PER IL TUO BAMBINO!



SERVIZI

[Guida alla gravidanza](#)

[Guida al bambino](#)

[Calendario ovulazione](#)

[Temperatura basale, giorni fertili](#)

[Calcolo data di nascita](#)

[Servizi sulla crescita del bambino](#)

[Enciclopedia del bambino](#)

[Nomi per bambini](#)

[Cosa fare in gravidanza, l'agenda](#)

[Calcolo lunghezza feto](#)

[Peso ideale e BMI](#)

[Ricette per bambini e famiglia](#)

[Oroscopo](#)

[Musica per la gravidanza](#)

[Musica per il neonato](#)

[Gallerie fotografiche](#)

DA NON PERDERE

quella del perineo e rende, di conseguenza, più facile il parto stesso” – sottolinea l'esperto che da oltre 10 anni lavora con donne in gravidanza.

“In altre culture tutto ciò è naturale, nella nostra, al contrario, alcune conoscenze si stanno recuperando attraverso la ricerca scientifica. Quindi, se per una donna africana o indiana è piuttosto scontato vocalizzare o cantare delle piccole nenie nel corso del travaglio, per la futura mamma occidentale non lo è poi così tanto”.

Una pratica, quella dell'uso della voce che, come l'ascolto di un brano musicale, dovrebbe essere piacevole e spontanea per offrire benefici alla gestante.

Il piccolino in grembo? Ascolta...

Se la mamma si emoziona e si diverte ad ascoltare un pezzo musicale, il bimbo nella pancia, oltre alla sensazione gradevole, cosa percepisce? “Già nel grembo materno, il feto è immerso in un universo sonoro. Un fatto testimoniato da molti studi sull'argomento, tra cui quelli fondamentali del medico otorinolaringoiatra francese Alfred Tomatis” - spiega Andrea Apostoli.

“La vita intrauterina è scandita dal battito cardiaco materno, dalla sua voce e dal respiro. Il suono è la prima forma di comunicazione con la mamma: fino alla 24esima settimana del feto è come se fosse una vibrazione, una sensazione tattile e una carezza sulla pelle. Dopo questo periodo, verso il 5° mese, il piccolo inizia a percepire anche con l'orecchio ed entra in contatto con il mondo sonoro esterno”.

Ma questo non significa che sia una buona idea appoggiare la cuffia sulla pancia (e neppure dopo infilare l'iPod nelle orecchie al neonato), raccomanda l'esperto.

“La musica passa al bimbo attraverso il corpo della mamma che vibra durante l'ascolto e reagisce alla sensazione prodotta da quelle sonorità”, ribadisce il musicista.

Quindi, è fondamentale che l'ascolto della musica sia gratificante e non una sorta di auto-imposizione perché, si sa, fa bene. Il significato che la mamma attribuisce a un'esperienza, in questo caso l'ascolto, è consegnata al piccolo – un aspetto questo che Apostoli tiene molto a precisare.

Via libera, dunque, all'ascolto di tutta la musica che si predilige - non necessariamente quella classica - anche durante i nove mesi senza scelte obbligate. Se non amate Chopin, per esempio, non sforzatevi di ascoltarlo in nome di un presunto beneficio per il bimbo nella pancia.

Una buona idea, invece, coe suggerisce lo stesso Apostoli, è quella di creare una sorta di compilation con i brani prediletti per accompagnare la dolce attesa (o acquistare un cd con un vasto repertorio come quello allegato al suo libro).

Una compilation per il neonato

Il bambino appena nato non “dimentica” un particolare brano ascoltato in modo molto frequente dalla mamma durante la gestazione. Ovviamente non è che lo “riconosca” in senso letterale ma è certo che lo ricollegghi a una sensazione di tranquillità, di piacere. “Il bimbo cambia atteggiamento, diventa più intimo, reagisce all'ascolto di una melodia che gli ha fatto compagnia per tanti mesi”, chiarisce Andrea Apostoli.

La mamma può continuare a proporre al neonato la colonna sonora della sua gravidanza o creare una nuova compilation speciale da ascoltare insieme: anche in questo caso, se a lei piace e si rilassa, sortirà lo stesso effetto benefico sul bimbo.

“Il senso di piacere e relax del piccolo sarà ancora più potente se è la mamma stessa a intonare una piccola melodia o cantare una ninna nanna – dice il musicista. E questo momento speciale si può trasformare in un rituale quotidiano, la classica canzoncina per dormire ogni sera, un'esperienza piacevole che rafforza il legame madre-bambino”.

Un rituale musicale che può evolversi e cambiare con il tempo (e l'età del bimbo) ma che è importante seguire nei primi anni di vita senza costrizioni: “Ascoltare buona musica è una grande occasione per il bimbo che assorbe moltissimo dall'ascolto stesso. Ma non deve assolutamente diventare un supplizio”, continua Andrea Apostoli.

L'abitudine (e l'educazione) all'ascolto, in un certo senso, evita una mancata evoluzione di potenziali risorse. Secondo l'esperto, infatti: “Ogni bimbo nasce con una attitudine musicale - non è ereditaria in modo diretto, ci sono genitori negati con figli bravissimi – che si sviluppa quando è ancora piccolo. Esperienze musicali di qualità aiutano a svilupparla”. Per farlo è sufficiente proporre l'ascolto della musica mentre il bimbo sta giocando, per esempio, o condividere insieme l'occasione speciale di un concerto.

Occorre, però, anche sfatare un falso (e piuttosto diffuso) mito sulle proprietà e il potere nascosto della musica che può trasformare un bambino qualsiasi in un piccolo genio: “Ogni linguaggio, incluso quello musicale sostiene, e aiuta, l'apprendimento di un altro linguaggio... Ma questo non significa che la musica renda un bimbo un mostro di bravura in matematica o in italiano. La musica non è magica”, conclude l'esperto. Non dimentichiamolo.

Leggi anche [Musica relax per la gravidanza e il neonato](#)

I più letti

I più visti

I più commentati

COMMUNITY

PAROLE CHIAVE

musica in gravidanza

Scarica gratis gli Mp3 per la gravidanza e il neonato di nostrofiglio.it!

Vuoi conoscere o chiedere consiglio a altre future mamme? Entra nel [forum](#), sezione gravidanza

autore
Marzia Rubega

Condividi

Lo shopping di 

Powered by 

Aggiungi l'articolo all'elenco dei preferiti in ...



0 Commenti |  Non visualizzare i commenti

Scrivi il commento

Nome E-mail

Commento (max 1.000 caratteri)

Carica la foto (facoltativo)

* Inserisci un indirizzo e-mail valido. L'indirizzo non sarà visualizzato sul sito. Per evitare usi impropri, ti sarà inviata una e-mail con un link per la pubblicazione del commento.



ONCEPIAMENTO	GRAVIDANZA	ESAMI	NEONATO	BAMBINO	VIDEO
<ul style="list-style-type: none"> > Calendario dell'ovulazione > Temperatura basale > Rimanere incinta > Infertilità > Fecondazione assistita 	<ul style="list-style-type: none"> > Prime settimane > Calcolo data di nascita > Guida gravidanza > Alimentazione > Parto > Nomi dei bambini 	<ul style="list-style-type: none"> > Prima visita e esami > Ecografie > Bitest e translucenza nucale > Amniocentesi > Villocentesi 	<ul style="list-style-type: none"> > Allattamento > Cura e salute > Svezzamento > Depressione post parto > Guida al bambino > Enciclopedia del bambino 	<ul style="list-style-type: none"> > 1-3 anni > 3-6 anni > Alimentazione dopo lo svezzamento > Ricette bambini e famiglia > Sport 	<ul style="list-style-type: none"> > Nove mesi con Linda > Uno sguardo nel pancione > Allattare bene > Podcast - Musica in gravidanza e neonati

nostrofiglio.it è il portale delle mamme e dei papà, con tante informazioni e consigli utili sul concepimento, la gravidanza e il parto, sulla crescita, la salute e l'alimentazione dei neonati e dei bambini

Glossario G+ J/ M | Condizioni di utilizzo | Tutela dei dati | Chi siamo | Contatti | Siti amici

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.